

Polska



Stolica: „Warszawa” Język urzędowy:
„polska” jednostka monetarna: „złoty
(zł)”

Informacje ogólne

Informacje zawarte na tych stronach powinny zostać wykorzystane do badania zagrożeń dla zdrowia i informowania konsultacje wstępnej dojazdowej. Aby uzyskać poradę dotyczącą bezpieczeństwa i ochrony Proszę sprawdzić UK Foreign and Commonwealth Office (FCO) WWW.

Podróżni powinni najlepiej umówić się na spotkanie z ich służby zdrowia co najmniej cztery do sześciu tygodni przed wyjazdem. Jednakże, nawet jeśli czas jest krótki, spotkanie jest nadal warto. To spotkanie jest okazją do oceny ryzyka dla zdrowia, biorąc pod uwagę szereg czynników, w tym przeznaczenia, historii medycznej i planowanych działań. Dla tych z wcześniej istniejącymi problemami zdrowotnymi, zalecane jest wcześniejsze powołanie.

Podczas gdy większość podróżnych mieć zdrową i bezpieczną podróż, istnieją pewne zagrożenia, które są istotne dla podróżnych, niezależnie od miejsca przeznaczenia. Mogą one obejmować na przykład ruchu drogowego i innych wypadków, chorób przenoszonych przez owady lub kleszcze, chorób przenoszonych przez skażoną żywność i wodę, chorobami przenoszonymi drogą płciową lub problemów zdrowotnych związanych z ciepła lub zimna. Wszyscy podróżni powinni upewnić się, że mają [odpowiednie podrózne ubezpieczenie zdrowotne](#) , Jeśli odwiedzasz kraje Europejskiego Obszaru Gospodarczego (EOG) przynieść [Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego \(EKUZ\)](#) jak ten umożliwi dostęp do państwowego pod warunkiem opieki zdrowotnej w krajach EOG, przy obniżonych kosztach, a czasem za darmo. EKUZ, jednak nie jest to alternatywa dla ubezpieczenia podróży.

Lista przydatnych zasobów, w tym porady, jak zmniejszyć ryzyko wystąpienia niektórych problemów zdrowotnych jest

dostępny poniżej.

Zasoby

- [Pożywienie i woda higiena Owadów i ugryzienie](#)
- [kleszcza unikanie Bezpieczeństwo osobiste](#)
- [Infekcje przenoszone drogą płciową Ochrona przed słońcem](#)

zalecenia szczepionkowe

Szczegóły zaleceń dotyczących szczepień oraz wymagania są podane poniżej.

wszyscy podróżni

Podróżni powinni być na bieżąco z rutynowych szczepień oraz kursów krzykaczy jak [Zaleca się w Wielkiej Brytanii](#) , _____
_____ te szczepienia zawierają dla przykład [odra-świnka-różyczka](#) (MMR)

Szczepionka i szczepionka przeciw błonicy, tężcowi, polio.

Ci, którzy mogą być narażeni na zwiększone ryzyko wystąpienia chorób zakaźnych ze względu na ich pracę, wybór stylu życia, albo pewnych podstawowych problemów zdrowotnych powinny być na bieżąco z dodatkowych zalecanych szczepionek. Zobaczyc poszczególne rozdziały „Zielonej Księdze” [Uodpornienie przeciwko chorobie zakaźnej dla dalszych szczegółów](#).

Wymagania certyfikatów

Nie ma żadnych wymagań certyfikatów mocy międzynarodowych przepisów zdrowotnych.

Większość podróżnych

Szczepionki w tej sekcji są zalecane dla większości turystów odwiedzających ten kraj. Informacje na temat tych szczepionek można znaleźć klikając na niebieską strzałkę. Szczepionki są wymienione w porządku alfabetycznym.

Tężec

Tężec jest spowodowany przez toksyny uwalniane z *Clostridium tetani* i występuje na całym świecie. Bakterie tężca są obecne w glebie i oborniku może być wprowadzona przez otwarte rany, takich jak nakłucia, oparzenia lub zarysowanie.

Zapobieganie

Podróżni powinni dokładnie oczyścić wszystkie rany i szukać odpowiedniej pomocy medycznej.

szczepienia tężcowi

- Podróżni powinni mieć ukończony podstawowy cykl szczepienia zgodnie z harmonogramem w Wielkiej Brytanii.
- Jeśli podróżujesz do kraju, w którym placówki medyczne mogą być ograniczone, dawkę przypominającą o tetanus-

zawierające szczepionka jest zalecana jeżeli ostatnia dawka była więcej niż dziesięć lat temu, nawet jeśli pięć dawek szczepionki zostały podane wcześniej.

Informacje specyficzne dla kraju o placówkach medycznych można znaleźć w sekcji „zdrowie” [FCO rada podróży zagranicznych](#) stronie internetowej.

[Teżec w skrócie](#)

Niektórzy podróżni

Szczepionki w tej sekcji są zalecane dla niektórych turystów odwiedzających ten kraj. Informacje na temat kiedy szczepionki te należy uznać można znaleźć klikając na strzałkę. Szczepionki są wymienione w porządku alfabetycznym.

Wirusowe Zapalenie Wątroby typu A

Wirusowe zapalenie wątroby typu A jest infekcja wirusowa przenoszona przez zanieczyszczonej wody i pożywienia lub przez bezpośredni kontakt z osoby zakaźnego. Objawy są często łagodne lub nie występują u małych dzieci, ale choroba staje się coraz bardziej poważny wraz z wiekiem. Recovery może różnić się od tygodni do kilku miesięcy. W następstwie zapalenia wątroby typu A choroba jest odporność na całe życie.

Tych w grupie zwiększonego ryzyka należą podróżnych odwiedzających przyjaciół i krewnych, długi pobyt turystów i osób odwiedzających obszary złych warunków sanitarnych.

Zapobieganie

Wszyscy podróżni powinni dbać o osobistej, higieny żywności i wody.

Zapalenie wątroby typu A szczepienie

Szczepienie jest zalecane dla tych, których działalność umieścić je na zwiększone ryzyko. To zawiera:

- tych, którzy przebywają z lub odwiedzając miejscową ludność
- częste i / lub długi pobyt turystów na obszary, gdzie warunki sanitarne i higiena żywności są prawdopodobnie słaba
- podróżujący przygoda odwiedzający obszary wiejskie i przebywający w podstawowym takie jak turystów
- te z istniejących schorzeń, takich jak choroba wątroby lub hemofilii mężczyzn uprawiających seks z mężczyznami
- osób zażywających narkotyki dożylnie
-
- tych, którzy mogą być narażeni na działanie wirusa poprzez swoją pracę
- samolotem do obszarów ognisk zapalenia wątroby typu A, którzy mają ograniczony dostęp do czystej wody i opieki medycznej

[Wirusowe zapalenie wątroby typu A, w skrócie](#)

Zapalenie wątroby typu B

Hepatitis B jest infekcją wirusową; jest przekazywane przez kontakt z zarażonymi krwią lub płynami ustrojowymi. To jest najczęściej podczas kontaktów seksualnych lub w wyniku kontaktu krwi z krwią, kontakt (na przykład z urządzeń do zanieczyszczenia medycznych i dentystycznych zabiegów, procedur tatuażu lub przekłuwania ciała, a dzielenie igieł dożylnie). Matek z wirusem może również przekazywać infekcję do swojego dziecka podczas porodu.

Wirusowe zapalenie wątroby typu B w Polsce

2% lub więcej populacji wiadomo, lub podejrzewa się trwale zakażonych wirusem zapalenia wątroby typu B (pośredniej / wysokiej częstości występowania).

Zapobieganie

Podróżni powinni unikać kontaktu z krwią lub płynami ustrojowymi. To zawiera:

- unikanie niezabezpieczonego stosunku płciowego.
- unikając tatuażem, publiczną golenia i akupunktury (o ile jest stosowane sterylne urządzenia).
- nie dzieląc igły lub inne urządzenia wtryskowego.
- następujące uniwersalne środki ostrożności, jeśli pracuje w warunkach medycznej / stomatologicznej / wysokiego ryzyka. Jałowy zestaw

sprzętu medycznego może być pomocny podczas podróży do zasobów biednych obszarach.

Wirusa zapalenia wątroby typu B szczepienie

Szczepienie można uznać dla wszystkich podróżnych, i jest zalecany dla osób, których działania lub historii medycznej umieścić je na zwiększone ryzyko, w tym:

- tych, którzy mogą mieć seks bez zabezpieczenia.
- te, które mogą być narażone na zanieczyszczenie igły przez wstrzykiwanie narkotyków. tych, którzy mogą być narażeni na krwią lub płynami ustrojowymi przez ich pracy (np pracowników służby zdrowia). te, które mogą być narażone na zanieczyszczenie igły
- wskutek sprawująca opiekę medyczną lub jamy ustnej, na przykład takie w wcześniej istniejących chorób i osób podróżujących za granicą opieki medycznej tym zamierza się otrzymać dializie nerek granicą. długi pobyt turystów
-
- tych, którzy uczestniczą w sportach kontaktowych. rodzin
- przyjęcie dzieci z tego kraju.

[Wirusowe zapalenie wątroby typu B w skrócie](#)

Wścieklizna

Wścieklizna jest chorobą wirusową, która jest zwykle przesyłany po kontakcie ze śliną zakażonego zwierzęcia, najczęściej za pośrednictwem BITE zera lizania otwartej rany lub błony śluzowej (takie jak oka, nosa i jamy ustnej). Chociaż wiele różnych zwierząt mogą przenosić wirusa, większość przypadków śledzić ugryzienie lub zadrapanie z zainfekowanego psa. W niektórych częściach świata, nietoperze są ważnym

źródło infekcji.

Objawy wścieklizny może zająć trochę czasu, aby rozwijać się, ale kiedy to robią, warunek jest niemal zawsze śmiertelne.

Ryzyko ekspozycji wzrasta o niektórych działaniach i długości pobytu (patrz niżej). Dzieci są w grupie podwyższonego ryzyka, ponieważ są mniej prawdopodobne, aby unikać kontaktu ze zwierzętami i zgłosić zgryz, zadrapania lub lizać.

Wścieklizna w Polsce

Wścieklizna odnotowano u zwierząt domowych i dzikich w tym kraju. Nietoperze mogą także nieść rabies- jak wirusy.

Zapobieganie

- Podróżni powinni unikać kontaktu ze wszystkich zwierząt. Wścieklizna jest zapobiegać z szybka post- leczenia ekspozycji.
- Po ewentualnej ekspozycji, rany powinny być dokładnie oczyszczone i pilna lokalny badania lekarskie szukał, nawet jeśli rana pojawia się trywialne. leczenie po ekspozycji i porady powinny być zgodne z [wytyczne krajowe](#) ,
-

szczepienie przeciwko wścieklicznie

Szczepienia wcześniejsza ekspozycja są zalecane dla osób podróżujących, których działalność umieścić je na zwiększone ryzyko, w tym:

- osoby zagrożone z powodu ich pracy (np personel laboratorium pracy z wirusem, osób pracujących ze zwierzętami lub pracowników służby zdrowia, którzy mogą być opiekujących pacjentów zakażonych). osób podróżujących do obszarów, gdzie dostęp do leczenia po ekspozycji i opieki medycznej jest ograniczony.
- tych, którzy planują wyższą aktywność ryzyka, takich jak bieganie czy jazda na rowerze. podróżujący pobyt
- długoterminowy (ponad jeden miesiąc).

Pełny kurs szczepionek wcześniejsza ekspozycja upraszcza i skraca przebieg leczenia po ekspozycji i usuwa potrzebę wścieklizny immunoglobuliny, która jest w krótkim dostaw na całym świecie.

[Wścieklizna w skrócie](#)

Kleszczowego zapalenia mózgu (TBE)

Kleszczowego zapalenia mózgu (TBE) jest chorobą wirusową przenoszona przez ukąszenie zakażonej kleszczy. Rzadziej występują przypadki KZM po spożyciu niepasteryzowanych produktów mlecznych. Podróżni są w grupie zwiększonego ryzyka narażenia podczas zajęć na świeżym powietrzu na obszarach roślinności (ogrodów, parków, łąk, lasów i polanach prądków). Kleszcze są zwykle najbardziej aktywnym pomiędzy wczesną wiosną i późną jesienią.

Kleszczowe zapalenie mózgu w Polsce

Istnieje ryzyko TBE w niektórych rejonach tego kraju. Główne obszary dotknięte są prowincje podlaskiego i warmińsko-mazurskiego; choć są dotknięte większość prowincji. Sezon przełożenia zmienia się jednak, kleszcze są najbardziej aktywne w czasie wczesnej wiosny do późną jesienią.

Zapobieganie

- Wszyscy podróżni powinni unikać ukąszenia kleszcza podczas zajęć na świeżym powietrzu.
- **Podróżni powinni regularnie sprawdzać ich skóry kleszczy i usunąć je jak najszybciej z [Zalecana technika](#) ,**
- Podróżni nie powinni jeść ani pić niepasteryzowanego produkty mleczne.

Kleszczowego zapalenia mózgu szczepienie

Szczepienie jest zalecane dla osób odwiedzających dotkniętych obszarach, których działalność umieścić je na zwiększone ryzyko, w tym:

- Ci, którzy będą zamier żyć w obszarach ryzyka KZM
- Osoby pracujące w leśnictwie, obróbce drewna, hodowli i wojsko
- Podróżujący do obszarów zalesionych, np wczasowiczów, turystów, myśliwych i osób, które podejmują pracę w terenie

- pracownicy laboratoriów, które mogą być narażone na TBE

[Kleszczowe zapalenie mózgu w skrócie](#)

[Najnowsze wiadomości: Polska](#)

[Ogniska: Polska](#)